**嘉義縣私立資優生幼兒園112學年度第一學期 12月份餐點表**

**112年 12月 1日~112年 12 月 31 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 1 | 五 | 粿仔湯 | 香菇肉燥、魚板蒸蛋、蠔油雙椒杏苞菇、大頭菜貢丸湯 ＊ | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 一 | 什錦瘦肉粥 | 洋蔥豬肉燴飯、紫菜蛋花湯 ＊ | 小波羅、果汁牛奶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 二 | 喜瑞爾草莓脆片  果汁牛奶 | 炒客家板條、金針排骨湯 | 日式關東煮、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 三 | 黑糖饅頭、養生茶 | 麻婆豆腐、木耳炒鮮菇小黃瓜、海帶芽小丸子湯 ＊ | 雞蛋粉絲湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 南瓜香菇瘦肉粥 ＊ | 雜糧饅頭、冬瓜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 五 | 蔬菜水餃湯 | 豬排、蕃茄蛋豆腐、培根炒銀芽、冬瓜蛤蠣湯 | 綠豆Q圓湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 一 | 吻仔魚滑蛋粥 | 蕈菇豬肉燴飯、白菜豆腐湯 ＊ | 蔬菜餛飩麵  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 二 | 小芋頭包、牛奶 | 紅醬義大利麵、川燙綠花椰、玉米濃湯 | 小菜包、水果  菊花茶 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 三 | 麥片粥 | 咖哩豬肉飯、薑絲冬瓜湯 | 糯米珍珠丸子  決明子茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 洋芋滷肉、芋香茄子、清炒油菜、筍乾排骨湯 | 黑糖紫米粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 15 | 五 | 薯餅、麥茶 | 鹽酥魚柳、滷蘿蔔、蒜炒魚板四季豆、大黃瓜排骨湯 | 貢丸米粉湯、  牛奶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 一 | 養生菇菇粥 | 筍乾控肉、三杯杏苞菇、油蔥高麗菜、洋蔥味增小魚湯 | 紅豆薏仁湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 二 | 米漿 | 白玉香菇肉羹麵、滷海帶豆干＊ | 小豆沙包、麥茶  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 三 | 冬菜粉絲湯 | 香菇肉燥、紅蘿蔔炒蛋、蝦皮炒胡瓜、山藥玉米排骨湯 | 桂圓糯米粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 水餃、結頭菜湯 | 外省湯麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 22 | 五 | 蔬菜餛飩湯 | 梅干扣肉、韭菜炒蛋、筊白筍絲炒紅絲、木耳、養生四物湯 | 紅豆湯圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 一 | 玉米雞茸粥 | 香椿三色豆炒飯、黃瓜燴鮮菇、豆薯蛋花湯 ＊ | 黑輪、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 二 | 喜瑞爾原味脆片  雞蛋牛奶 | 海鮮烏龍麵、滷蛋半顆 | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 三 | 麵線羹 | 台式打拋豬、三色豆炒蛋、牛蒡鮮菇雞湯 | 茶葉蛋、麥茶  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 四 | 雞蛋吐司、豆漿 | 香菇芋頭瘦肉粥 ＊ | 花捲、桂圓茶  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 29 | 五 | 牛奶燕麥粥 | 瓜子雞肉、涼拌豆乾絲、蒜炒青江菜、日式味增湯 | 鍋燒意麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**